

Аналіз комплексного контролю у чинній навчальній програмі для ДЮСШ та результати анкетування тренерів даного контингенту баскетболістів свідчать, що комплекс тестів з різних видів підготовленості потребує вдосконалення, відповідно до змісту програмного матеріалу на кожний рік навчання у ДЮСШ, вікових особливостей, сенситивних періодів розвитку рухових якостей, психологічних та психомоторних відмінностей особистості гравців, особливостей змагальної діяльності, сучасних тенденцій комплексного контролю у світовому баскетболі, що дозволить тренерам отримати більш детальну інформацію про стан готовності спортсменів та вдосконалити навчально-тренувальний процес на основі підходів диференціації та індивідуалізації.

У зв'язку з вищевикладеним, особливої значущості набуває пошук інноваційних підходів, а також використання зарубіжного й вітчизняного досвіду, з метою вдосконалення системи контролю баскетболістів на етапі попередньої базової підготовки, яка б не тільки сприяла корекції навчально-тренувального процесу, а й дозволяла регулювати фізичний та психічний стан спортсменів без негативного впливу на стан їх здоров'я.

ПЕРСПЕКТИВИ ПОДАЛЬШИХ досліджень полягають у вдосконаленні програми тестування для контролю баскетболістів на етапі попередньої базової підготовки.

ЛІТЕРАТУРА

1. Баскетбол. Навчальна програма для дитячо-юнацьких шкіл, спеціалізованих дитячо-юнацьких шкіл олімпійського резерву та шкіл вищої спортивної майстерності (навчально-тренувальні групи та групи спортивного удосконалення) / Л.Ю.Поплавський, В.Г.Окіпняк. – К.: 1999. – 125 с.
2. Годик М. А. Комплексный контроль в спортивных играх [Текст] / М. Л. Годик, А. И. Скородумова. - М.: Советский спорт, - 2010 – 336 с.
3. Костюкевич В.М. «Теорія і методика спортивної підготовки» (на прикладі командних ігрових видів спорту). Навчальний посібник / В.М. Костюкевич – Вінниця: Планер, 2014. – С. 31-34.
4. Мітова О.О. Тестування баскетболістів. / О.О.Мітова, Р.О.Сушко. – Дніпропетровськ: «Інновація», 2016. – 140 с.
5. Пітин М. П. Організаційно-методологічні основи теоретичної підготовки у спорті : автореф. дис. ... д-ра наук з фіз. виховання та спорту : [спец.] 24.00.01 "Олімпійський і професійний спорт" / Пітин Мар'ян Петрович ; Львів. держ. ун-т фіз. культури. - Л., 2015. - 36 с.
6. Платонов В.Н. Периодизация спортивной тренировки. Общая теория и ее практические применения/ В.Н. Платонов – К.: Олимп. Лит, 2013. – 624 с.
7. Сергієнко Л.П. Спортивна метрологія: теорія і практичні аспекти / Л.П. Сергієнко. – К.: КНТ, 2010. – 776 с.
8. Buceta J.M. Basketball for Young players. Guidelines for coaches / J.M. Buceta, M. Mondoni, A. Avakumovic, L. Killik. – Madrid: FIBA, 2000.-358 p.
9. Erčulj F. An analysis of basketball players' movements in the slovenian basketball league play-off using the sagit tracing system // Facta universitatis: Scientific paper. Series: Phisycal Education and Sport / F. Erčulj, B. Dežman, G. Vučovič, J. Perš, M. Perše, M. Kristan. – Vol. 6. – № 1. – 2008. – P. 75 – 84.
10. Giorgio Gandolfi. NBA Coaches Playbook. Techniques, tactics, and teaching points. / Gandolfi Giorgio. – Human Kinetics. – 344 p.
11. Spencer M. Mini Basketball. A guide to teaching and coaching. Written and Compiled By Martin Spencer / M. Spencer. - FIBA Mini-Basketball.–2011.–255 p.
12. Shynkaruk O. A. The selection of athletes and the orientation of their training in the process of multi-year improvement (on the material of Olympic sports) / O.A. Shynkaruk. - Kiev: Olymp. lit, 2011.-360.

Онищенко В.М.

Дніпропетровський державний інститут фізичної культури і спорту

СТРУКТУРА ТА ЗМІСТ НАВЧАЛЬНО-ТРЕНУВАЛЬНОГО ПРОЦЕСУ В МІНІ-БАСКЕТБОЛІ НА ПЕРШОМУ РОЦІ НАВЧАННЯ

В статті представлено характеристику структури та змісту навчально-тренувального процесу дітей 6-7 років на першому році занять міні-баскетболом, які є актуальними у зв'язку із тенденцією до ранньої спеціалізації у командних спортивних іграх. Стаття детально розкриває інформацію про структуру і зміст кожного з розділів та блоків протягом року. Розроблена експериментальна структура та зміст включала основні розділи: теоретичний, практичний та контрольний. Кожний розділ мав свої завдання та методи їх реалізації. Основою для розробки експериментальної структури та змісту були результати констатуючого експерименту, які показали незадовільну ситуацію в організації, структурі та змісті навчально-тренувального процесу на першому році занять міні-баскетболом, і як наслідок, низькі показники рівня фізичного розвитку, здоров'я та підготовленості тих, хто займається. При побудові навчально-тренувального процесу дітей 6-7 років враховувались принципи спортивного тренування, основні завдання етапу початкової підготовки, сучасні тенденції світового міні-баскетболу. Розкрито структуру та зміст начально-тренувального заняття. Надано інформацію про вірогідний приріст показників фізичної та теоретичної підготовленості, фізичного здоров'я дітей 6-7 років в експериментальній групі у порівнянні з контрольною, що свідчить про ефективність розроблених структури та змісту підготовки протягом року.

Ключові слова: міні-баскетбол, діти віком 6-7 років, структура та зміст, перший рік навчання, фізична підготовленість, теоретичний та практичний розділ.

Онищенко В.М. Структура и содержание учебно-тренировочного процесса в мини-баскетболе на первом году обучения. В статье представлена характеристика структуры и содержания учебно-тренировочного процесса детей 6-7

лет на первом году обучения знаниям мини-баскетболом, которые являются актуальными в связи с тенденцией к ранней специализации в командных спортивных играх. Статья детально раскрывает информацию про структуру и содержание каждого из разделов и блоков в течении года. Разработанная экспериментальная структура и содержание включала основные разделы: теоретический, практический и контрольный. Каждый раздел имел свои задания и методы их реализации. Основой для разработки экспериментальной структуры и содержания – были результаты констатирующего эксперимента, которые показали неудовлетворительную ситуацию в организации, структуре и содержании учебно-тренировочного процесса на первом году занятиями мини-баскетболом, и как следствие, низкие показатели физического развития, здоровья и физической подготовленности. При построении учебно-тренировочного процесса детей 6-7 лет учитывались принципы спортивной тренировки, а также основные задачи этапа начальной подготовки. Раскрыто структуру и содержание учебно-тренировочного занятия. Представлена информация о достоверном приросте показателей детей 6-7 лет в экспериментальной группе по сравнению с контрольной, что свидетельствует об эффективности разработанной структуры и содержания подготовки в течение года.

Ключевые слова: мини-баскетбол, дети в возрасте 6-7 лет, структура и содержание, первый год обучения, физическая подготовленность, теоретический и практический разделы.

Onichenko V. Structure and maintenance of training process in mini-basket-ball on the first year of educating. In the article description of structure and maintenance of training process of 6-7 y.o. children is presented on the first year of educating by knowledge of mini-basket-ball, that is actual in sanctify with a tendency to early specialization in team sport games. The article in detail exposes information about structure and maintenance of each of divisions and blocks in the flow of year. The worked out experimental structure and maintenance included basic divisions: theoretical, practical and control. Every division had the tasks and methods of their realization. By basis for development of experimental structure and maintenance - there were results of establishing experiment that showed an unsatisfactory situation in organization, structure and maintenance of training process on the first year engaging in mini-basket-ball, and as a result, subzero indexes of physical development, health and physical preparedness. At the construction of training process of 6-7 y.o. children principles of the sport training, and also basic tasks of the stage of initial preparation, were taken into account. A structure and maintenance of training employment are exposed. It is provided information about the reliable increase of indexes of 6-7 y.o. children in an experimental group as compared to control that testifies to efficiency of the worked out structure and maintenance of preparation during a year.

Key words: mini-basket-ball, children by age 6-7, structure and maintenance, first year of educating, physical preparedness, theoretical and practical division.

Актуальність. Міні-баскетбол - це баскетбол для дітей, гра, яку було запропоновано Джей Арчером ще у 1948 році. Він вперше застосував полегшені м'ячі та знизив висоту кілець, скоригував правила гри в баскетбол спеціально для зручності дітей. Основною метою міні-баскетболу в країні є залучення якомога більшої кількості дітей до занять спортом, щоб поступово оволодівати основними баскетбольними елементами, а також у відповідності до сенситивних періодів розвивати фізичні та характерні для баскетболу якості, що з часом дозволить якісно формувати команди юних баскетболістів на всіх етапах спортивного відбору. У теорії спорту накопичено величезну кількість наукових даних, які дозволяють здійснювати спортивну підготовку дітей і підлітків з урахуванням особливостей розвитку зростаючого організму. Ці дані охоплюють не тільки організм в цілому, а й розвиток окремих його систем, які, так чи інакше, відчувають на собі вплив фізичних навантажень [1, 9, 12, 13]. Водночас, рання спортивна спеціалізація і супутні їй напружені тренування й активна змагальна діяльність є вкрай небезпечними, такими, що порушують об'єктивні закономірності багаторічного вдосконалення, передчасно зношується організм юного спортсмена. Й такий підхід нерідко лишає спортсменів можливості досягти дійсно високих результатів в оптимальній для конкретного виду спорту віковій зоні [6]. Однак, аналіз науково-методичної літератури свідчить про не одностайну думку фахівців щодо ранньої спеціалізації в спорті. У той же час реальний аналіз груп ДЮСШ засвідчив, що секції з міні-баскетболу існують, й щорічно у великих містах України до них залучається біля 100 дітей [8].

Моніторинг груп ДЮСШ за статистичними даними 2011-2015 рр. показав, що міні-баскетболом у Дніпропетровську займалось 370 дітей (6-7 років), тоді як у таких країнах, як Бразилія, Італія, Франція у секціях з міні-баскетболу займаються по 150 тисяч дітей від 6 до 12 років. Це свідчить, що в Україні міні-баскетбол ще не має достатньо широкої популярності у порівнянні з провідними баскетбольними країнами, як за кількістю дітей, що займаються, так і організаційно-методичним забезпеченням. Проведене нами анкетування з тренерами, які працюють з даним контингентом дітей, виявило низку проблем, які виникають при організації та визначенні структури та змісту навчально-тренувального процесу. Однією з проблем, з якою стикаються тренери, є незадовільний стан фізичного здоров'я дітей, які мають бажання займатися в спортивних секціях. Під впливом сучасної ситуації в системі освіти, яка призводить до наростання навантажень на організм, у дітей відзначається виражене напруження функціонального стану організму, зниження роботоздатності, стомлення, викликане розладом координаційних механізмів центральної нервової системи (ЦНС) [3, 8, 10, 14]. Проблемою підготовки на першому році навчання в спортивних іграх займалися такі вчені, як Лазарчук О.В. [5], Максимів Г.З. [7], Белаш В.В. [2], Конох О.Є. [4], однак їх роботи не було спрямовано на комплексний підхід до структури та змісту навчально-тренувального процесу на першому році занять міні-баскетболом. Також аналіз нормативно-документальних матеріалів для ДЮСШ з баскетболу виявило відсутність навчальної програми з міні-баскетболу для дітей 6-7 років в Україні. Крім того, проведений нами констатуючий експеримент засвідчив незадовільний вихідний рівень фізичного здоров'я і функціональних можливостей організму дітей 6-7 років, які розпочинають займатися міні-баскетболом. Враховуючи вище зазначене, особливої значущості та актуальності набуває пошук інноваційних підходів, використання зарубіжного й вітчизняного досвіду з метою обґрунтування структури та змісту навчально-тренувального процесу дітей 6-7 років на першому році занять міні-баскетболом, які б не тільки сприяли підвищенню показників фізичної та технічної підготовленості, а й відігравали велику роль у формуванні теоретичних знань та мотивації дітей до занять спортом й

збереженні фізичного здоров'я під впливом тренувальних навантажень.

Мета – розробити структуру та зміст навчально-тренувального процесу в міні-баскетболі на першому році навчання.

Методи дослідження: аналіз та узагальнення літературних джерел, аналіз документальних матеріалів, педагогічне спостереження, педагогічне тестування, педагогічний експеримент, методи математичної статистики.

Організація дослідження. У дослідженні взяло участь 64 дитини 6-7 років (32 хлопчика та 32 дівчинки). Дослідження проводились на базах СДЮСШОР №5 ім. Говорунова та БК «Самара» м. Дніпропетровська.

Результати дослідження та їх обговорення. Узагальнення положень теорії спорту, на етапі початкової підготовки відсутня циклічність тренувального процесу, тому пропонується розробляти річний цикл підготовки за типом «блокової системи». Згідно з науковим положенням оптимізації навчально-тренувального процесу, підготовка характеризується поступовим нарощуванням обсягу спеціалізованості в навчально-тренувальному процесі з введенням нових розділів спортивної підготовки, які потребують оптимального співвідношення засобів педагогічного впливу з урахуванням значущості окремих видів підготовки [11]. Експериментальні структура та зміст навчально-тренувального процесу юних спортсменів на першому році занять міні-баскетболом планувалась за принципом оптимального співвідношення тренувальних засобів протягом року і концентрації їх у часі. Загальний обсяг навантаження в годинах на рік та зміст було розбито на чотири блоки (№1 – знайомство з баскетболом, №2 - зміцнення фізичного здоров'я, розвиток загальних фізичних якостей, первинне опанування баскетбольних вмінь та навичок, №3 - розвиток загальних фізичних якостей, первинне опанування баскетбольними вміннями та навичками, №4 - розвиток загальних фізичних якостей, стійкого оволодіння руховими вміннями протягом першого року навчання), кожен з них мав свою спрямованість у залежності від завдань етапу початкової підготовки та з урахуванням адаптаційних можливостей (табл.1.).

Таблиця 1

Розподіл годин на першому році навчання в міні-баскетболі для дітей 6-7 років

Розділи підготовки	Місяць									Всього за рік
	Блок № 1		Блок № 2		Блок № 3		Блок № 4			
	X	XI	XII	I	II	III	IV	V		
Теоретичний розділ	2	1	1	1	1	1	0,5	0,5	1	9
Практичний розділ										82
Вміння та навички	2	3	3	3	4	5	3	3	4	30
Фізична підготовка	5	4	4	6	5	3	1,5	1,5	5	35
Корекція порушень здоров'я	4	4	3	2	3	2	1	1	2	22
Розвиток мотивації до занять спортом	2	2	4	3	3	3	1,5	1,5	2	22
Контрольний розділ:	1	2	1	1	1	2	0,5	0,5	2	11
теоретична підготовленість	+	+	+	+	+	+	+	+	+	
фізична підготовленість		+				+			+	
фізичне здоров'я та розвитку		+				+			+	
Всього годин в місяць	16	16	16	16	16	16	8	8	16	128

Перший блок (жовтень-листопад) – вирішує завдання знайомства з міні-баскетболом. Створення інтересу на занятті, зацікавити дитину (наприклад: тренер повинен розказати історію навіпіл, не до кінця – залишити саме цікаве на наступне заняття. Таким чином, тренування постійно пов'язані між собою) так, щоб вона хотіла прийти на наступне тренування. Зміст другого та третього блоку (грудень-січень-лютий; березень-квітень) – переважно спрямований на профілактику порушень фізичного здоров'я, додається переміщення в баскетболі, первинне опанування баскетбольних вмінь та навичок, реалізацію завдань розвитку загальних фізичних здібностей. Змістом роботи четвертого блоку (кінець квітня, травень) є розвиток загальних фізичних якостей, створення умов для стійкого оволодіння руховими вміннями.

Розроблена нами структура та зміст включала основні розділи: теоретичний, практичний та контрольний (рис 1.). Для теоретичного розділу нами було розроблено 2 теоретично-практичні посібники: для тренерів та для дітей. Посібник для тренерів містив в собі теми з теорії та методичні вказівки щодо подачі даних тем дітям. Теоретичний посібник-зошит для дітей містив коротку інформацію з кожної теми та домашні завдання, які діти повинні були виконувати в даному зошиті (малювати, відповідати на питання, розраховувати приклади на баскетбольну тематику тощо). Практичний розділ вирішував чотири завдання: 1) опанування руховими вміннями та навичками; 2) підвищення фізичної підготовленості; 3) зміцнення фізичного здоров'я; 4) створення умов для розвитку мотивації. Підґрунтям для розробки експериментальних структури та змісту - лягли результати констатуючого експерименту, які показали незадовільну ситуацію в організації та побудові навчально-тренувального процесу на першому році занять міні-баскетболом і як наслідок низькі показники рівня фізичного розвитку, здоров'я та фізичної підготовленості.

При побудові навчально-тренувального процесу дітей 6-7 років враховувались принципи спортивного тренування (принципи поступовості та повторності, систематичності та регулярності, різномісної спортивної підготовки та індивідуальності, специфічності тренувальних ефектів та всебічного гармонійного розвитку особистості, оздоровчої спрямованості та ін.), які також співпадають з основними завданнями етапу початкової підготовки. Основні методи проведення заняття – були ігровий та повторний. Заняття проводились 3 рази на тиждень, тривалість кожного складала 60 хв.

Навчально-тренувальне заняття будувалось за загально прийнятою методикою. Воно складалось з трьох частин: підготовча, основна та заключна. При побудові враховувалась динаміка навантаження. Підготовча частина мала на меті підготувати (розігріти) організм дитини – використовувались рухливі ігри, які не потребували змагальної діяльності, а були спрямовані на розвиток орієнтації тіла у просторі або уваги, наприклад – гра «Молекули» (завчасно обумовлене або довільне переміщення по майданчику так, щоб не зіткнулися між собою) або «Числа» (за сигналом тренера, сигнал може бути довільним,

спершу це може бути слуховий сигнал – свисток, або обумовлений жест, за яким діти повинні утворити групи з декількох чоловік). Для зниження навантаження та вирішення поставленої задачі корекції порушень фізичного розвитку – виконувались вправи для профілактики правильної постанти. Діти виконували вправи лежачи на підлозі. Лежати на животі, руки треба притиснути до підлоги (руки в сторони). Діти виконують піднімання верхньої частини тулуба. Руки прямі. Підняти тулуб і зафіксувати в такому положенні на 3-5 секунд, необхідно повторити 5-7 р. Виконувалось від 2 до 4 вправ.

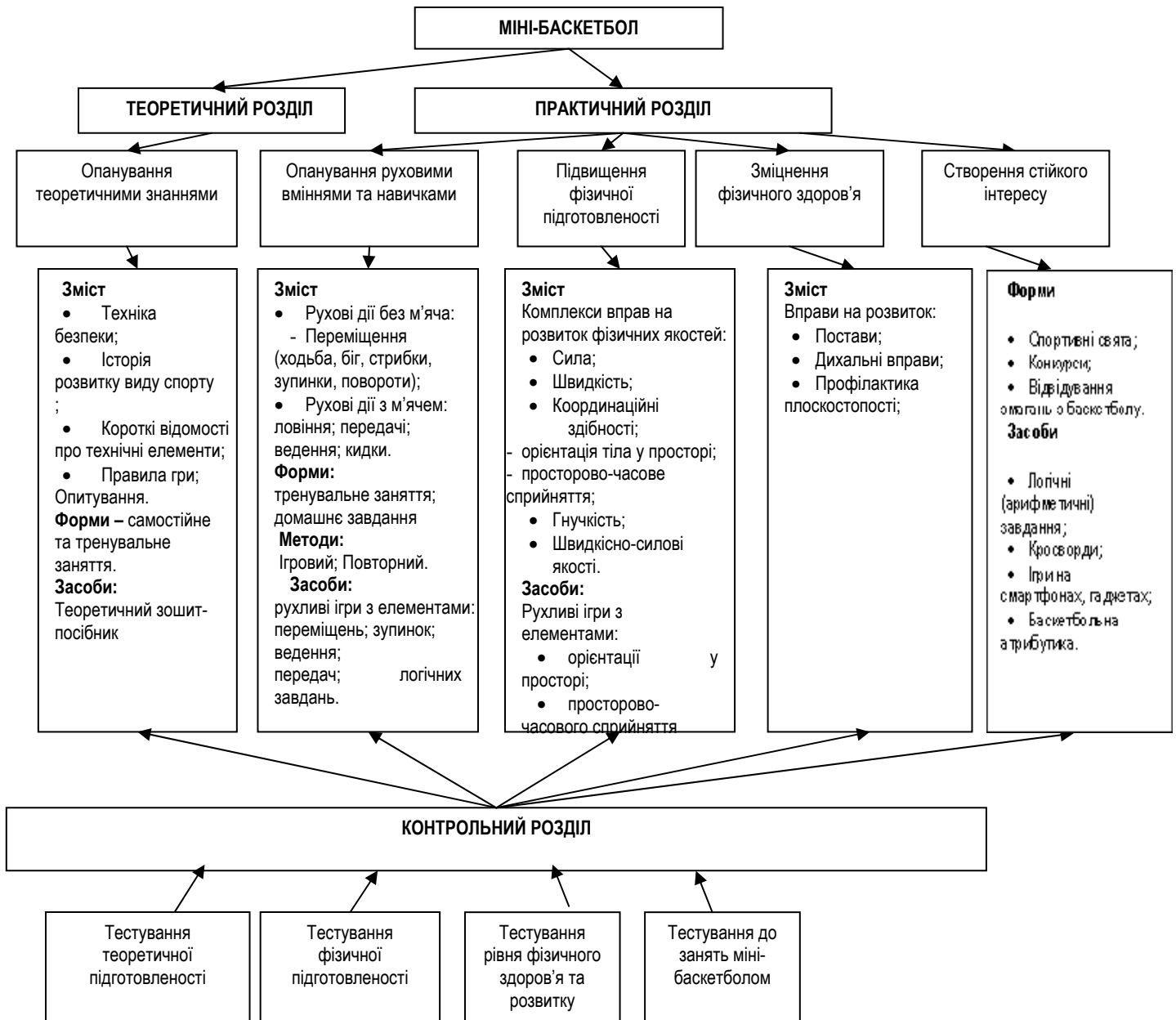


Рис. 1. Структура та зміст навчально-тренувального процесу в міні-баскетболі на першому році навчання

Основна частина була спрямована на розвиток спеціальних елементів, швидке прийняття рішень для цього використовувались вправи в парах, трійках. (Наприклад: хто перший схопить нічийний м'яч, що котиться по підлозі, або виконуючи переміщення в парах – один з пари показує, а другий намагається правильно та швидко повторити). Також в основній частині використовувались змагальні вправи та ігри на розвиток фізичних якостей. Після інтенсивних змагальних вправ тренер давав одну із запропонованих теоретичних тем або розповідав цікаву історію з баскетболу. Тим самим викликаючи інтерес у дітей і варіював динаміку навантаження, що давало дітям змогу дітям відпочити після рухливої роботи. При виконанні більш спеціальних вправ, зверталась увага на правильність виконання.

В заключній частині виконувались переважно вправи, спрямовані на розвиток гнучкості, розслаблення м'язів, уваги, вправи для профілактики плоскостопості – вправи сидячи, стоячи та ходьба й її різновиди. (Наприклад: використовувалась гімнастична палка, треба було катати її вперед-назад, або вправа з хусточкою. Хусточка лежить на підлозі перед стопами – не зрушуючи ноги з місця, за допомогою пальців необхідно хустку пропустити під ногами). Декілька хвилин відводилось на повторення теоретичного матеріалу, який давався на цьому занятті та на попередніх. Підводились підсумки і обов'язкова

похвала та подяка. Заняття будувались таким чином, щоб динаміка навантаження постійно змінювалась – підвищуючись та знижуючись. Ці умови виконувались за допомогою засобів різної спрямованості: бесіди; вправи на опанування руховими вміннями та навичками; рухливих ігор; вправи на розвиток фізичних якостей; вправи на зміцнення фізичного здоров'я та фізичного розвитку, вправи на розвиток уваги, пам'яті, мислення. Ці складові постійно варіювались, в залежності від задач поставлених на тренування. В першій частині заняття виконувались комплекси ЗРВ в русі та на місці. В процесі навчання виконувались різні види жонглювань з м'ячами різного розміру для розвитку «відчуття м'яча», мілкої моторики; вправи для пошуку предмету, які розвивають орієнтацію у просторі, увагу, пам'ять; вправи для розвитку швидкості реакції – підкидати або котити різні предмети.

У розроблених нами 96 план-конспектах навчально-тренувальних занять також використовувались комплекси блоків з фізичної підготовки, які містили вправи на розвиток фізичних якостей, рухливі ігри, як один із важливіших компонентів. Однак слід зазначити, що рухливі ігри мали різну спрямованість. Ігри використовувались для опанування переміщеннями без м'яча, баскетбольними вміннями та навичками, фізичної підготовки, розвитку уваги та пам'яті. Завдання підвищення мотивації передбачало проведення таких заходів, як: спортивні свята; конкурси; логічні (арифметичні) завдання; ігри на смартфонах, гаджетах; баскетбольна атрибутика; відвідування змагань з баскетболу. Контрольний розділ передбачав контроль всього матеріалу, який викладався у практичному та теоретичному розділах. В результаті впровадження запропонованих структури та змісту навчально-тренувального процесу було отримано вірогідний приріст у показниках фізичної підготовленості у порівнянні з контрольною групою (табл. 2).

Таблиця 2

Показники фізичної підготовленості хлопців 6-7 років до та після експерименту

Контрольні тести	Етап експерименту	Показники				р		Приріст, %	
		$\bar{x} \pm m$		$t_{розр}$	Між ЕГ і КГ				
		ЕГ	КГ	ЕГ		КГ	ЕГ	КГ	
Човниковий біг 3x10 м. з оббіганням набивних м'ячів, с.	До	11,35±0,12	11,47±0,12	0,72	p<0,001	p<0,05	8,16	2,93	
	Після	10,42±0,08	11,13±0,08	6,37					
Човниковий біг 4x9 м., с.	До	14,21±0,06	14,15±0,15	0,35	p<0,001	p<0,05	9,06	3,45	
	Після	12,92±0,09	13,66±0,13	4,99					
Біг до пронумерованих набивних м'ячів, с	До	13,55±0,06	13,61±0,13	0,43	p<0,001	p<0,05	11,46	3,88	
	Після	11,99±0,14	13,07±0,15	5,47					
Оцінка відчуття часу, 5 с.	До	6,35±0,42	6,50±0,53	0,24	p>0,05	p>0,05	8,69	3,20	
	Після	5,79±0,21	6,33±0,30	1,45					
Оцінка відчуття часу, 10 с.	До	11,01±0,60	11,05±0,56	0,06	p>0,05	p>0,05	4,42	1,03	
	Після	10,52±0,47	10,94±0,59	0,58					
Стрибок у довжину, см.	До	105,69±0,87	105,75±0,95	0,05	p<0,001	p<0,01	5,56	4,02	
	Після	111,56±0,81	110,00±0,88	1,34					
Стрибок у висоту., см.	До	21,13±0,50	21,31±0,40	0,03	p<0,001	p<0,001	13,02	11,14	
	Після	23,88±0,42	23,69±0,43	0,31					
Біг на 10 м, с	До	3,04±0,05	3,09±0,05	0,70	p>0,05	p>0,05	3,91	3,46	
	Після	2,91±0,03	2,98±0,03	1,42					
Нахил вперед із положення сидячи, см.	До	3,69±1,09	3,31±0,90	0,27	p<0,05	p>0,05	81,36	64,15	
	Після	6,69±1,04	5,44±0,78	0,99					
Теплінг-тест	До	52,69±1,25	52,00±1,45	0,37	p<0,05	p>0,05	7,83	6,97	
	Після	56,81±1,30	55,63±1,43	0,64					
Проба Ромберга, с.	До	13,10±0,74	13,07±0,72	0,02	p<0,001	p>0,05	35,43	18,36	
	Після	17,73±0,87	15,47±0,98	1,79					

Показники швидкості оббігання набивних м'ячів у міні-баскетболістів за тестом «човниковий біг 3x10 м. з оббіганням набивних м'ячів», свідчить про те, що в експериментальній групі баскетболісти почали виконувати цей тест на 0,93 с. достовірно краще після впровадження нами методики, ніж до педагогічного експерименту з середнім показником 10,42±0,08 с, і достовірно швидше (p<0,001; t=6,66), ніж спортсмени контрольної групи (11,47±0,12 с). В контрольній групі також були відмічені зміни в кращу сторону на 0,34 с і вони були достовірними (p<0,05, t=2,31). Приріст показників після експерименту в контрольній та експериментальній групах складав 2,93% та 8,16% відповідно. Слід відмітити, що діти експериментальної групи стали більш якісніше виконувати тест і допускали менше помилок під час виконання, ніж діти контрольної групи.

Аналіз показників тесту «човниковий біг 4x9 м.» у міні-баскетболістів після експерименту свідчить про те, що в експериментальній групі середній показник складає 12,92±0,09 с, що на 1,29 с достовірно краще у порівнянні з вихідним рівнем (p<0,001, t=12,38) і достовірно краще у порівнянні з показниками контрольної групи 13,66±0,13 с (p<0,001, t=4,99). В контрольній групі було незначне покращення результату на 0,65 с (p<0,05, t=2,60). Після впровадження експериментальної структури та змісту підготовки, приріст показників в експериментальній групі 9,06%, а в контрольній - 3,45%.

Дослідження тесту «біг до пронумерованих набивних м'ячів», який дав змогу оцінити вміння дітей орієнтуватись у просторі та зосередити увагу в обмежений проміжок часу. Діти експериментальної групи при виконанні тесту менше виконували зайвих рухів, були більш зосередженими при за завданні, про що свідчить середній показник до кінця експерименту 11,99±0,14 с, що на 1,56 с менше, ніж до впровадження нашої побудови (p<0,001, t=10,86), а також на 1,62 с менше, ніж в контрольній групі (p<0,001, t=5,47). В контрольній групі було також відмічено достовірне покращення результату на 0,64 с (p<0,01, t=2,68). Хоча і

відмічено достовірний приріст діти контрольної групи виконували вправи з неточностями: бігли в один бік, потім в інший, виконували невпевнені рухи при орієнтації до пошуку цифри. У відсотках покращення показників в експериментальній групі становило 11,46%, більше ніж в контрольній 3,88 %.

Проба Ромберга, яка характеризує розвиток координаційних здібностей, показала, що до експерименту групи були однорідними і мали майже однаковий результат ($t=0,02$, $p>0,05$). Після року занять міні-баскетболом показники експериментальної групи достовірно покращилися ($17,73\pm 0,87$ с, $p<0,001$), з приростом 35,43%. Показники контрольної групи також мали тенденцію до покращення, але не достовірно ($15,47\pm 0,98$ с, $p>0,05$), з приростом після експерименту - 18,36%.

Окрім того, проведення контролю рівня теоретичної підготовленості, мотивації до занять спортом та рівня фізичного здоров'я свідчать про кращі показники дітей експериментальної групи у порівнянні з контрольною, що свідчить про ефективність обраного нами підходу у плануванні навчально-тренувального процесу дітей 6-7 років.

ВИСНОВКИ. Розроблено структуру та зміст на етапі початкової підготовки дітей 6-7 років на першому році занять міні-баскетболом, яка включала три розділи за змістом (теоретичний, практичний та контрольний), спрямовані на підвищення ефективності навчально-тренувального процесу, підвищення мотивації, збереження фізичного здоров'я в зв'язку з тенденцією до ранньої спеціалізації у командних спортивних іграх та була розподілена на чотири блоки протягом року.

В результаті проведення формувального експерименту виявлено ефективність запропонованих структури та змісту навчально-тренувального процесу дітей 6-7 років на першому році занять міні-баскетболом в зв'язку з тим, що в експериментальній групі відзначено достовірний приріст у показниках рівня фізичної, теоретичної підготовленості, у показниках функціональних можливостей, якості виконання простих елементів баскетболу, стабільності відвідування занять у дітей 6-7 років у порівнянні з контрольною групою.

ПЕРСПЕКТИВИ ПОДАЛЬШИХ ДОСЛІДЖЕНЬ полягають у розробці структури та змісту навчально-тренувального процесу на другому році початкової підготовки.

ЛІТЕРАТУРА

1. Волков Л.В. Возрастная периодизация тренировочных нагрузок в спортивной подготовке детей и подростков / Л.В.Волков. – Переяслав-Хмельницький, 1990. – 26 с.
2. Белаш В.В. Методическое пособие по баскетболу № 1 / В.В.Белаш. – Одесса: ВМВ, 2004. – 104 с.
3. Кашуба В.А. Современные подходы к формированию здоровьесберегающей направленности спортивной подготовки юных спортсменов / В.А. Кашуба, Л.М. Ярмолинский, Т.А. Хабинец // Научный журнал «Физическое воспитание студентов». – Харьков, 2012. – № 2. - С. 34-37.
4. Конох О. Є. Комплексне використання засобів спортивних ігор у підвищенні фізичного стану дітей 5 - 6 років : автореф. дис. ... канд. наук з фіз. виховання і спорту : 24.00.02 / О. Є. Конох; Дніпропетр. держ. ін-т фіз. культури і спорту. - Д., 2014. - 20 с.
5. Лазарчук О.В. Побудова тренувального процесу тенісистів першого року навчання в умовах клубної системи: автореф. дис. ... канд. наук з фіз. виховання і спорту: 24.00.01 / О.В. Лазарчук ; Дніпропетр. держ. ін-т фіз. культури і спорту. — Д., 2009. — 20 с.
6. Лутфуллин И.Я. Ранняя специализация не гарантирует успеха спортсмена в дальнейшей карьере. Поволжская государственная академия физической культуры, спорта и туризма [Электронный ресурс] . – 2013. Режим доступа: http://sportacadem.ru/наука/events1/rannaya_spezializaciya_ne_garantiruet_uspeha_sportsmena_v_dalnejšej_karere/
7. Максимів Г.З. Технологія навчання гри в баскетбол учнів загальноосвітньої школи : автореф. дис... канд. наук з фіз. виховання і спорту / Г. З. Максимів ; Львів. держ. ун-т фіз. культури. - Л., 2007. - 20 с.
8. Мітова О.О. Сучасні проблеми розвитку міні-баскетболу в Україні / О.О. Мітова, В.М. Онищенко // Молода спортивна наука України. Збірник наукових праць галузі фізичного виховання, спорту і здоров'я людини. – Львів: ЛДУФК. – 2014. - Випуск №18. Том 1.- С. 150-155.
9. Никитушкин В. Г. Многолетняя подготовка юных спортсменов: монография / В. Г. Никитушкин. – М. : Физическая культура, 2010. – 240 с.
10. Павлова Т.В. Комплексна оцінка здібностей дітей при відборі в ігрові види спорту на етапі початкової підготовки: автореф. дис... на здобуття наук. ступеня к. наук з фіз. вих. і спорту : спец. 24.00.01 / Т.В. Павлова; Нац. ун-т фіз. виховання і спорту України. — К., 2011. — 20 с.
11. Платонов В. Периодизация спортивной тренировки. Общая теория и ее практическое применение / В.Платонов. – К., Олімп. л-ра, 2013. – 624 с.
12. Buceta J.M. Basketball for Young players. Guidelines for coaches /J.M. Buceta, M. Mondoni, A. Avakumovic, L. Killik. – Madrid: FIBA, 2000. - 358 p.
13. Spencer M. Mini Basketball. A guide to teaching and coaching. Written and Compiled By Martin Spencer / M. Spencer. - FIBA Mini-Basketball.–2011.–255 p.

Петровська Т., Малиновський А.

Національний університет фізичного виховання і спорту України

СОЦІАЛЬНО ПСИХОЛОГІЧНІ СКЛАДОВІ ІМІДЖУ СПОРТИВНОГО ТРЕНЕРА ЯК СУБ'ЄКТА СПОРТИВНОЇ ДІЯЛЬНОСТІ

Сучасний погляд на тренувальний процес передбачає не тільки аналіз процесу впливу тренера на спортсмена і результати змагальної діяльності, але і певний інтерес до особистості того хто керує цим процесом, тобто тренера. Імідж великою мірою визначає ефективність тренера. Ряд авторів підкреслюють важливість проблеми формування ефективного іміджу (образу) тренера, тобто дієвого, який реально сприяє підвищенню результативності змагальної діяльності спортсменів. На сьогодні проблема іміджу спортивного тренера залишається не достатньо вивченою. Мета. Теоретичний аналіз проблеми впливу іміджу тренера на результативність спортивної діяльності; теоретичне